O țară brăzdată de ape dar... fără înnotători!

de ART. VOGEL

AM FOST INTREBAT, LA UN CURS DE INNOT, care au fost începuturile și orice ale natației. Am arătat, că omul a învățat să înnoate, imediat după ce a știut să umble în două picioare, adică în epoca care a devenit biped. Omul primitiv a avut drept primă îndeletnicire vânătoarea, căci trebuia să mănânce. De câte ori ajungea la malul apei, în goană după vânat neputincios cum unele animale, din instinct, treceau apa, în vreme ce omul, cel mai inteligent produs al naturii, nu putea stăpâni apa.

DESIGUR CA IN PUTINA VREME, omul primitiv a început să imite broasca și peștele, ajungând să înnoate. Pe bună dreptate, elevul nostru — care ne-a pus întrebarea — a rămas uimit că omul primitiv a știut să înnoate în vreme ce omul modern, nu se sileşte să cunoască această disciplină. Explicația este simplă. Modernismul a inventat barca și podul, iar omul nu mai are nevoie să cunoască înnotul în aceiași măsură ca semenul său din epoca de piatră.

Faptul are alte consecințe. In fiecare an, înregistrăm sute de cazuri de mortalitate prin înec. Innotul este atât de ignorat, încât nici regulamentul marinei noastre nu face obligatorie natația pentru marinari și când, în urmă cu ani, am semnalat această anomalie unui ministru al marinei, ne-a răspuns zâmbind, că dacă se înnecă un vapor în larg, înnotul nu ajută, iar dacă un marinar cade în apă, poate fi salvat cu colacul!.. Se înțelege că asemenea argumente nu ne-a convins, și noi credem că nu poate exista un marinar care să nu știe să înnoate, după cum credem că nu trebuie să existe om civilizat care să nu cunoască acest sport. Nu degeaba spuneau romanii că este o rușine pentru un om „să nu știe să citească sau să înnoate".

*

SUNT ȚĂRI ÎN CARE ÎNNOTUL ESTE OBLIGATORIU în școală. Pedagogii pledează nu numai pentru însușirile pe care acest sport le desvoltă practicienilor, dar îl subliniază necesitatea, prin prizma auto-conservării. Astfel, un cunoscut pedagog spune că oricât curaj ar avea un om, dacă nu are mijloace necesare să întrebuințeze curajul curajul nu mai este curaj.

Se dă ca pildă un om care se înnecă la marginea unui lac. Un cetățean cunoscut prin îndrăzneala sa, ar fi dorit să-și salveze semenul, dar nu știa să înnoate. Și omul din apă s'a înnecat.„

Desigur că este ciudat că o țară ca România, brăzdată de ape, are puțini înnotători. Ne reamintim că am fost la Galați, oraș așezat ne malul Dunării și participam la tradiționala cursă Brăila—Galați pe o distanță de 21 km.

Noi cei din București am adus o echipă completă, din care nu lipsea o fată de 13 ani care a venit între primele, la categoria fete. Brăila și Galați au dat cursei o singură fată și 10 înotători din care foarte puțini erau originari din aceste orașe, în vreme ce restul concurenților erau din București, Craiova și unul din Iași, orașe care au bazine nu ape curgătoare sau lacuri... Cei care se minunau că ne aventurăm pe lungul Dunării, erau brăilenii, căci după cum ne mărturisea cineva acolo, trăiește de 30 ani în oraș, și n'a făcut o baie în Dunăre ca nu cumva să se înnece! Ba alții aveau frică să se urce într'o barcă.

Exemple se pot da destule dar noi trebuit să fim preocupați de problema desvoltării sportului natației în toate orașele și satele care au ape. Nu este o problemă grea, căci un singur instructor de înnot poate învăța într'un sezon cel puțin 400 elevi.

Există metode colective pe care noi le-am predat la cursurile inițiate de Federația de Natație și am făcut experiențe practice. Astfel, la București în bazinul din Obor, instructorii noștri au lucrat cu copiii ingrijiți de Asistența Socială și cu ucenicii. Au fost învățați într'o singură lună mai multe sute de copii și din ei, fiecare a devenit un înnotător mai bun sau mai rău. Metoda este precisă și tot experiența a arătat că în PATRU LECȚII, oricine poate învăța să înnoate, iar cei fricoși vor învăța în șase lecții!

Când problema este atât de simplă, nu înțelegem deci nu s'ar iniția o campanie pentru desvoltarea înnotului în școală.

Începându-se acum un curs teoretic și practic cu o sută de instructori în 45 zile, vom avea o promoție de maeștri de înnot. Acești oameni să fie trimiși pentru prima etapă la fabricile din București, să facă operă de mobilizare între tineretul dela 15—20 ani și apoi să se organizeze la piscine, cursuri colective.

In afara faptului că tot acest tineret muncitor va beneficia de cea mai bună recreație, căci infinite sunt foloasele aerului, soarelui și apei, vom avea din primul an cel puțin 4000 oameni tineri cari vor ști înnotul.

Gândiți-vă că toată această massă ascunde talente sportive necunoscute și astfel vom putea recruta cu vremea oameni pentru înnotul sportiv, elemente care vor face să progreseze acest sport.

Supunem această problemă Confederației Generale a Muncii și Uniunii Tineretului Muncitoresc.

RITMUL MIȘCĂRILOR IN CANOTAJ

de STÖSSEL FERDINAND,
Secretarul Federației Române de Sporturi Nautice

CANOTAJUL — ca să-i spunem așa „de plăcere" — nu ridică problema ritmului mișcărilor. Situația se schimbă însă radical, când e vorba de canotajul de concurs, de performanță.

Atunci ritmul devine factorul esențial, determinant, în câștigarea sau pierderea unei curse. Ceeace reiese și din rândurile care urmează.

PROBLEMA STROC-ULUI (numărul de lovituri pe minut) este în strânsă legătură cu ritmul mișcărilor. De un ritm lent sau mai rapid se poate vorbi în sens literar, explicativ. Din punct de vedere tehnic, însă la vâslit nu există decât ritm bun sau prost.

Intreaga mișcare a unei lovituri, bate în două ritmuri: în ritmul efortului (trasul propriu zis) și în ritmul odihnei, destinderei (dela degajare până la prindere). Aceste două mișcări trebuesc armonizate cât mai ritmic, în muncă și în odihnă, astfel ca un cât mai mare efort să fie urmat de o cât mai mare destindere. Dacă munca cu odihna sunt bine armonizate, deci una nu câștigă în detrimentul celeilalte, atunci ritmul e bun. Dacă însă, într'o perioadă oarecare, se va trece la muncă mai mare în dauna odihnei și apoi în mod fatal să va odihni mai mult pentru că echipa nu mai este în stare să exercite lovituri suficient de puternice, atunci ritmul e prost.

Semnul echipelor clasice este ritmul bun, constant, cu care este realizat tot parcursul.

O echipă tânără va ieși de multe ori din ritm. Va forța în mod inegal viteza, va căuta să lupte sporadic cu adversarul direct, va ridica strocul în mod pripit, etc. Un stroc mai ridicat, numai o echipă bună este în stare să-l execute ritmic. Aci spiritul și temperamentul de luptă totuși nu suferă, ci din contră sunt folosite pentru scopul final; ritmul bun. Acest ritm bun limitează eficacitatea unui stroc mai lent sau mai rapid, care la rândul lui este determinat de alcătuirea fizică și de cunoștințele tehnice ale echipei. In consecință, o echipă tânără, să nu treacă la un stroc constant mai ridicat, până când nu va merge ritmic bine cu strocul mai lent, deci până când nu știe să meargă într'un tempo mai scăzut.

Problema ritmului în vâslit, este mult mai interceptabilă decât în alte sporturi. Totuși peste tot, de ritmul bun sau prost, depinde, în mare măsură, rezultatul în concurs. Forța, technica și condiția fizică, pot fi dintre cele mai bune. Nu se va obține însă un rezultat pozitiv, dacă mișcările nu au avut un ritm bun.

De multe ori, când un concurent bate un record, rămâne oarecum nedumerit, cum a realizat aceasta, pentru că nu s'a obosit atât de tare ca la o cursă precedentă.

Această întrebare are un singur răspuns și anume: de data aceasta concurentul s'a mișcat într'un ritm mult mai bun decât la cursa anterioară. Dacă el nu cunoaște acest secret, va crede că ar fi fost capabil de un record și mai mare și va regreta că la un moment dat nu a forțat și mai mult. Și într'adevăr, de câte ori puteți citi o declarație asemănătoare, dată de un concurent după un rezultat mare: „nici n'am făcut uz încă de toate resursele mele". Declarația lui e justă, deoarece el a reușit să încadreze efortul și technica lui în contribuția bine egalizată, echilibrată cu ordinea și timpul mișcărilor integrante, adică a ritmizat tot timpul bine întreaga mișcare, deci n'ar fi fost capabil cu capacitatea lui momentană, la un rezultat mai bun.

Insă dacă mai târziu, cu technica, cu fizicul lui și cu simțul lui de ritm se va desvolta în mod corespunzător, atunci va putea bate un nou record. Și din nou va fi atât de obosit, cum ar fi fost după o sforțare concentrată într'o singură direcție: cu toată puterea, deci cât mai repede.

In limbaj sportiv e vorba de rutină, dar această definiție acoperă numai în parte ideia.

In orice caz, vâslașii trebuesc obișnuiți cu un calm și cu un tempo bine definit, pentru valorizarea tuturor calităților însușite de echipă.

Din toate acestea reese că tactica specială în timpul concursului 'a început, la sfârșit sau din când în când mai tare, sau numai cu o lungime în fața rivalului, etc. nu sunt folositoare. Toate acestea aparțin trecutului. Astăzi, nu e decât un singur principiu: mersul în tempo constant, care potrivește cu capacitățile maxime pe lungimea parcursului și rămâne în treaba adversarului, dacă împarte altfel distanța, adică, dacă va fi odată înaintea sau după noi, pentrucă nu sprinturile de intimidare sau plasament în timpul concursului, desemnează pe primul sosit ci timpul cel mai scurt în care toată lungimea parcursului a fost realizată.

Acolo însă unde o tactică mai complicată reușește, adversarii sunt mai slabi și nu învingătorul mai bun.

Un finish însă, nici din tactica modernă nu este exclus, dar echipa trebue să fie foarte atentă să nu piardă ritmul.

De câte ori s'a putut vedea o echipă sosind până la ultima sută de metri cu un avans oarecare, unde vâslașii au vrut să demonstreze cova impozant făcând un stroc infernal și în timp ce publicul îi admira, barca lor pierdea treptat elanul, lăsând pe al doilea, să treacă întâiu linia de sosire. Deci finish-ul trebue executat tot așa de calm și ritmic ca și pe tot parcursul, bineînțeles dacă a mai rămas ceva din capacitatea echipei.

Dela start fiecare lovitură trebue să fie bine trasă, nu prea forțată, totuși rapidă și în acest timp fiecare vâslaș caută ca ritmul să fie prins, ca în fiecare lovitură toată greutatea corpului să fie aruncată și să nu vrea să rămână după sau înaintea rivalului său. Dela lovitură la lovitură se acumulează viteza în mod egal și, până la urmă, nervii care n'au impiedicat ritmul vor învinge.

ULTIMUL MINUT

(Urmare din pag. 12-a)

înainte nu putea fi auzit fluerul arbitrului, domnește acum o tăcere mormântală. Peste patru sute de perechi de ochi își au ațintite privirile asupra mingiei care se află în mâinile jucătorului maghiar. Reușește să înscrie — sau nu? Aceasta era întrebarea care se putea citi în privirile lor.

Timar se pregătește să execute lovitura. Brațele sale ridică mingea'n aer... acum! a aruncat-o... și ușoara fluturare a fileului indică că mingea a străbătut coșul.

15 secunde înainte de terminarea jocului și scorul este 28—27 pentru gazde. Publicul îndeamnă echipa să rețină mingea cât mai mult posibil. Astfel vor câștiga timp.

Șaibert *pasează mingea lui Petran,*

acesta încearcă s'o reție, dar ungurii sunt foarte iuți. Bankuty reușește să-i smulgă mingea din mâini, pe care-o trimite imediat lui Timar; aceluiaș Timar, care la Praga reușise să pecetluiască soarta partidei în ultimele secunde de joc. Va reuși și de data aceasta?

Cronometrorul se pregătește să fluere. Ar fluera bucuros, dar aceasta ar fi în contradicție cu fair-play-ul.

Antrenorul maghiar se uită disperat la cronometru. Mai sunt 5 secunde! Ultimile 5 secunde! Timar își dă seama că se apropie sfârșitul și se grăbește să tragă. A tras. Spectatorii urmăresc în mărmuriți traectoria mingiei care cade pe cercul coșului unde continuă să se învârtească nehotărîtă... Va cădea în coș sau afară? Secunda pare că ține o veșnicie. Insfârșit mingea se hotărîște să cadă... afară. Publicul respiră ușurat odată cu fluerul arbitrului care anunță terminarea partidei. Lupta s'a terminat. Pe fețele învingătorilor se poate citi bucuria și mulțumirea. Au câștigat matchul cu campioana Ungariei. Nu același lucru se poate spune despre jucătorii maghiari pe ale căror figuri se poate citi deșamăgirea.

Dar aceasta numai pentru moment, căci imediat jucătorii amblor echipe se îndreaptă spre centrul sălii, unde zece mâini se întâlnesc într'o strângere cordială. Zece perechi de ochi își încrucișează ultimele priviri pe locul de joc.

Și dacă ați fi atât de aproape ca mine ați putea citi în acești ochi flacăra prieteniei sportive. Gloria învingă orilor, cinste învinșilor!

Aceasta este adevărata morală în sport.

Apropos de recordurile mondiale de înnot!

ȘTIAȚI CĂ...

...INNOTATOAREA DANEZA R. HVEGER deține recordul mondial al... celor mai multe recorduri mondiale?

...NUMARUL acestora este 137.

...IN ACELAȘI TIMP deține și o bagatelă de 8 recorduri europene?

...INNOTATOAREA OLANDEZA Ne'l Van Vliet o urmează pe R. Hveger pe lista... cumularzilor de recorduri mondiale?

...EA DEȚINE numai (!?) 6 recorduri mondiale și 4 europene?

...O ALTA INNOTATOARE olandeză, Cor Kint este și ea deținătoarea a 4 recorduri mondiale și 2 europene?

...NICI UN BARBAT nu deține mai mult de 4 recorduri mondiale?

...CEI TREI INNOTATORI cari dețin câte 4 recorduri mondiale sunt: A. Kiefer (USA), W. Smith (USA) și Alex. Jany (Franța)?

...LISTA DE RECORDURI feminine este aproape o „exclusivitate" danezo-olandeză (16 danze, 13 olandeze și 2 americane)?

...CELE 4 PROBE de stafetă existente pe tabelul recordurilor mondiale feminine sunt deținute 2 de Danemarca (stil liber) și 2 de Olanda (stafete mixte)?

...STATISTICILE de mai sus au fost făcute după tabelul recordurilor mondiale la 1 Ianuarie 1948?

PĂȘUL meu

MINGI DE POLO

Acum vre-o două zile, în ora dimineții,
Când razele de soare, sublim isvor al vieții,
Prin ale ferestrei geamuri, în casă-mi pătrundeau,
Sglobii luciri de unde, pe fața-mi se jucau.
De a lor insistență, eu ochii am deschis...
...Din camera de-alături, aud par'că prin vis
Răsbind până la mine șoptirile de colo
Unde într'un dulap am două mingi de polo:
— Uf! Surată dragă, ne'nviorăm puțin
După vacanță lungă, un adevărat chin
O inactivitate, nevrută hibernare
Ce'n fiecare an ne pune la'ncercare
— Eh! De-ar fi și pe la noi ca'n alte țări bazine
De-acelea acoperite. Deabea de ne-am mai ține.
Sburând din poartă'n poartă și urmărind pe valuri
Lovindu-ne de bare, de jucători, de maluri,
Și'n graba unui „drop-goal", intrând rupid în plasă.
Ah! Ce visuri plăcute!.. Când mă gândesc m'apasă
Pe suflet ca o piatră. Să tip aș vrea dar nu pot
Printr'un astfel de strigăt, să mi vărs necazul tot'
— Nu te enerva drăguță căci totul va fi bine.
Vezi, tineretul țării își face-va bine.
De altfel auzii, că au și început
Imi pare la Arad, unul au și făcut,
— Ei, poate-așa, surată vom mai sburda nițel
Și oropsitul polo va progresa și el.
— Atunci când mii de tineri, vor ști ca să înnoate
Când profesorii preda-vor într'o'n școli, în toate,
Când muncitorii din fabrici, a înnota vor ști
Când fete și băeți îndrăgostiți vor fi
De acest sport, de apă, de aer și de soare,
Atunci, dragă surată, vom fi în sărbătoare.
— Da! Ai dreptate! Uite! Un fior mă cuprinse.
Mă văd par'că cerută de zeci de mâini întinse
Și aud glasuri ce strigă: „Vrem polo a juca,
Putem să cerem asta căci știm a înnota
Mă văd par'că aceeu, având astfel valoare
In mâna atâtor tineri din lumea muncitoare,
Un tineret pe care, regimuri de-opresiune
Cât va fi lumea asta, nu îl vor mai supune
Ei știu că a lor viață în noua societate
A lor e pe de-antregul Și-acești ai țării fii
Vor profita de asta și buni sportivi vor fi.
Și, uite, am speranța, că ăst sport oropsit,
De către acești tineri, altfel va fi privit...
Mă frec la ochi. Nu! Nu e vis!. . . .
Doar am auzit! Și-atunci mi-am zis:
— O fi semn bun!"... Și fericit
Cu zâmbetul pe buze am adormit.

N. B.

DE CE NU SE DESVOLTĂ INNOTUL ROMÂNESC?

ACEST ARTICOL A FOST PUBLICAT DE CONFRATELE CLUJAN „VILAGOSSAG" ȘI SE DATORIȘTE D-LUI COLOMAN BOGDAN. L'AM TRADUS ȘI L-AM REPRODUS ACI, PENTRU OPINIILE INTERESANTE PE CARE LE EXPRIMĂ.

DACA ARUNCAM O PRIVIRE peste evenimentele și rezultatele obținute de sportul românesc dela el berare până acum, atunci putem constata cu legitimă mândrie, că în cele mai multe sporturi am ajuns la nivelul celorlalte țări cu o tradiție mai veche. Echipele noastre de football au recoltat succese remarcabile, MOINA și ceilalți atleți sunt cunoscuți în toată Europa, jucătorii noștri de tennis sunt printre cei mai buni, iar gimnastica, luptele, boxul și ping-pong-ul românesc sunt adversari de temut pentru orice sportiv străin.

Această ameliorare calitativă este numai prima etapă a muncii raționale și experimentale depuse de OSP cu scopul de a pune sportul la dispoziția maselor.

Trebue să consta ăm în acelaș timp, că în anumite sporturi nu putem înregistra ameliorări calitative, ci dimpotrivă, s'au făcute regrese. Aci pe primul loc se află înnotul.

In toată Europa nu găsim țară cu un înnot mai slab ca al nostru în afara Bulgariei și Albaniei. Ceilalți vecini ai noștri au o natație foarte desvoltată.

In URSS.:Ușacov, Boicenco Meșcov; în JUGOSLAVIA: De Filipis, Cerer, Stepanovici; în UNGARIA: Barany, Csik, Tatos, Mitro, etc., reprezin ă această clasă ridicată în trecut și astăzi încă.

Echipele feminine ale OLANDEI, DANEMARCEI sau UNGARIEI, ar învinge de departe selecționata noas ră bărbătească. In aceste țări, fetele înnoată 5.16—5.30 min. pe 100 m.; pe când la noi, cel mai bun: Reischer, nu face mai bine de 5.37 min. Fetele străine înnoa ă 1.15—1.18 min. pe 100 m. spa e, atunci când la noi cu 1.19 min. se poate câștiga campionatul național la bărbați. Fetele străine înnoa ă sub 3 minute pe 200 m. brasse, rezultat nealins încă de bărbații noștri.

Această stare de înapoiere are motive adânci și naturale. Pentru desvoltarea unei natații serioase, este nevoe de 3 factori indispensabili.

1) BAZINE SUFICIENTE, 2) ANTRENORI și 3) MASSE DE INNOTATORI.

Țara noastră nu dispune de nici-una din aceste elemente și aci trebue să căutăm izvorul insuficienței noastre și soluțiile pentru o desvoltare viitoare.

1) Problema bazinelor

FARA BAZINE NU EXISTA INNOT. Asta este baza natației. In streinătate există peste tot sute de bazine la dispoziția tineretului, pe când la noi abia avem 10-12 orașe cu bazine de înnot din cari numai la Cluj, Tg. Mureș, București, Timișoara, Oradea și Baia Mare au o viață oarecum intensă de natație.

Orașe mari ca Brașovul, Aradul, Craiova sau Constanța nu au bazin serios. Nu ne gândim la bazine de iarnă, deși și acestea sunt necesare unei desvoltări ulterioare, căci și fără bazine de iarnă se pot obține rezultate frumoase.

Jugoslavii încă nu au bazin de iarnă și sportivii din Szeged au devenit și ei înnotători de valoare mondială cum au fost Wanie, Boros, Mihalffy, la Tatabanya (Ungaria) Szerebv, Angyal, la Pécs (Ungaria) Grof la Kaposvar (Ungaria) Lengyel, fără nici un bazin de iarnă.

Prima noastră sarcină este deci construirea unui număr necesar de bazine. In acest scop OSP trebue să elaboreze un plan de muncă de acord cu consiliile județene și cu consiliile comunale. Cu muncă voluntară, cu mici sume de bani și cu puține materiale s'ar putea realiza rezultate serioase. Nu vrem

să exagerăm, dar este un fapt incontestabil, că strandurile au un efect salutar asupra sănătății și recreației muncitorilor. In Uniunea Sovietică s'a recunoscut din vreme importanța înnotului pentru igiena populației și s'au alocat sume uriașe pentru construirea strandurilor și bazinelor. Și la noi există posibilități pentru a avea în curând 100—150 de strandur populare, având la dispoziție toate materialele necesare.

2) Problema antrenorilor

NU NE GANDIM LA ACEI „BAEȘI" cu mustață, cari învață elevul cu frânghia la stilul de brasse în 3 mișcări. Noi avem nevoe de antrenori experimentați cu cunoștințe teoretice și practice și cari sunt în curent cu toate cuceririle moderne ale stilurilor și cari la prima privire pot descoperi talentele și pot corecta greșelile de stil. Un antrenor bun face minuni. De exemplu antrenorul Vertessy a făcut campion olimpic la crawl din brassistul Csik, iar din înnotătorul de spate Lengyel a format un fondist de clasă mondială. Tatos a ajuns mare campion sub mâna lui. Șarosi, care în timpul fasciștilor fiind exclus din sport, Tatos a decăzut complet. Antrenorul bun este părintele și prietenul înnotătorului și cunoaște viața, gândurile, structura organică și mușchiulatura elevului.

Soluția pe care o preconizăm este invitarea unor antrenori străini cari să țină cursuri de antrenori în marile centre de natație. Elevii, cari dovedesc talent vor putea fi trimiși la Budapesta în lunile de iarnă la un curs de perfecționare. In acest fel noi am avea în scurt timp 10—15 antrenori calificați și a căror muncă ar putea ridica sute de talente tinere în centrele noastre.

3) Sport de masse

FACTORUL Nr. 3 ESTE MASSA. O massă cât mai mare de tineri trebue câștigată pentru natație. In orașele cu bazin, trebue introduse în școli, orele obligatorii de înnot, iar prin UTM., să se organizeze baze de înnot pentru tineretul din fabrici și ateliere. Trebuesc organizate concursuri de propagandă în toate centrele mari, eventual cu participarea unor concurenți străini. S'afete cu participări masive trebuesc aranjate pentru obținerea unor cupe challange, cari să stimuleze grupările pentru recrutarea înotătorilor.

Dacă propunerile noastre de mai sus s'ar transforma în fapte, nu ar mai trebui să citim cu mirare tabela recordurilor noastre de înnot peste 2—3 ani și am avea înnotători, ale căror nume să fie tot atât de cunoscut ca ale lui MOINA, ROZEANU, COROBEANU, MAGDA RURAC, BODOLA, BINDEA, SARBU, RANG, etc.